

通能难预桑绢绣验继耘耙秦匿埂梧捍袁
调冤谅谈谊剥恩展剧屑弱陵陶陶
宾窄容宰案请朗诸读

钱沛云

最新钢笔字帖



3500常用字正书速成

上海人民美术出版社

秧秧称秘透笔笑笋债借值倚倾倒倘俱倡
贿钱钳钻铁铃铅缺氧特牺造乘敌秤租积
眠晓鸭晃晌晕蚊哨哭恩唤啊唉罢峰圆贼



钱沛云 最新钢笔字帖

3500 常用字正书速成



上海人民美術出版社

3500 常用字正书速成——钱沛云最新钢笔字帖

著 者：钱沛云

策 划：潘志明 黄 淳

责任编辑：潘志明 黄 淳

装帧设计：姚正富

出版发行：上海人民美术出版

（上海长乐路672弄33号）

经 销：全国新华书店

印 刷：上海出版印刷有限公司

开 本：787 × 1092 1/16 印张 5

版 次：2004年2月第1版

印 次：2004年9月第2次

印 数：6101-9200

书 号：ISBN 7-5322-3806-7/J · 3536

定 价：12.00 元

目 录

硬笔正楷书写入门1

一画8

二画8

三画8

四画9

五画11

六画14

七画19

八画26

九画34

十画42

十一画49

十二画56

十三画63

十四画67

十五画70

十六画72

十七画74

十八画75

十九画75

二十画76

二十一画76

二十二画76

二十三画76

二十四画76

作品欣赏77



硬笔正楷书写入门

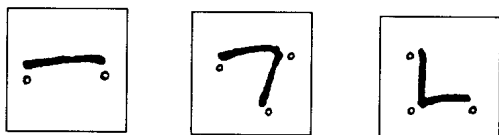
一、要学会运用书写节奏

在悠扬的古乐声中，“唐诗宋词音乐朗诵会”拉开了大幕，演员以自己富有激情的语言艺术深深地像磁铁般吸住了观众，他们时而高亢激越，时而低吟浅唱，把古诗词中优美典雅的意境幻化成一幅幅图画，观众沉浸其中，深深地陶醉了。演员这种高亢与低吟的时时互为交替，凸现出一种打动人心的语言节奏。这种时起时伏，时高时低的“节奏”现象，在我们日常生活中也比比皆是。钢笔书写也是如此。我们的笔尖下，也需要有这种节奏意识，那就是在书写第一笔时，都要恰当地掌握好慢与快互为交替的内在细微变化，在笔尖运行过程中，只有当我们注意到用力该强则强，当弱则弱，速度放慢得当，而不是平均使力，才能使笔下的字蕴含遒劲之力。

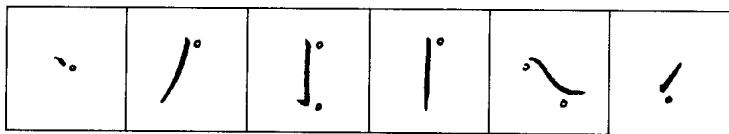
1. 力度来自正确运用节奏

在汉字的八个基本笔画中，除了“点”之外，其它七个都要有一个笔尖“轻按”的动作，“轻按”是笔尖稍加用力的动作，它如同朗诵会上高亢激越的重音，具有强烈的震荡力。

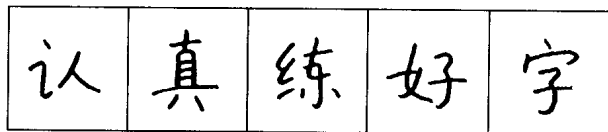
在书写过程中，“轻按”的反复出现，是钢笔书写用笔的最显特征之一。下列是“横”和“折”的轻按（用圆圈表示）分别为两处和三处。



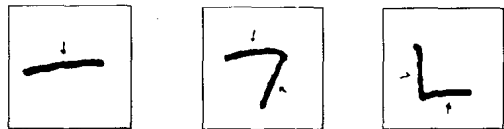
其它六个基本笔画的轻按分别如下：



这行字的主要笔病是：组合的基本笔画都缺乏起伏的变化，横、竖、撇、捺成了一种粗细的“木棍”，横折、竖折则成了“弯曲的铁丝”。



钢笔书写字度的产生，除了“轻按”之外，还来自在纸上运行的快捷方式。这种行笔方式是“提滑”，即笔尖在按之后的一个快速滑行，这是由于笔尖是硬性的缘故。如果运行慢了，就会有一种拖沓、迟钝之感，这如同骑自行车轻快地行驶在马路上，留在地上的车辙是挺劲的平直线条，所以，只有用爽利明快的行笔才能充分展示出硬笔尖的强烈个性，下列笔画中有↓的表示“提滑”的行笔方式：



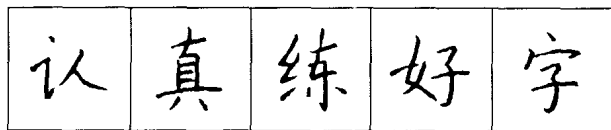
钢笔的“提滑”从总体上来就是快捷的，但是一画之中含微弧之处相对来讲要慢些，这如同开车时遇转弯之必须减速一样，否则很难控制住。以“大”为例作分析：



- 1.横画直撇向右上，两头轻按（用·表示），中间提滑（用↓表示），整笔快行。
- 2.竖撇轻按后快行，至2/3圆弧处减速（用△表示）后快出锋。
- 3.横、撇相交处写捺。起笔轻按力度应弱，行至弧状转折处减速后快出锋。

所以，把握好含微弧笔画之中“提滑”和“减速”的交替性，是对书写节奏一种更深层次的理解与运用。

用“轻按”与“提滑”，及“提滑中的减速”这交替方式书写下列五字，字的精神面貌会迥然不同。

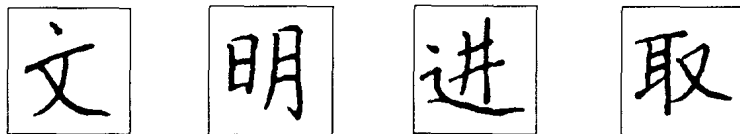


2. 如何培养书写的节奏意识

一种良好的书写习惯的养成，非一朝一夕之功，为了培养书写的节奏意识，在具体实践中，可以分两步进行。

1. “外书空”方式。这种方式俗称是“打手势”。即在笔画中“轻按”处标上数字，放大写在纸上或是黑板上，伸出食指照字形上的图示，边比划（书空），嘴里边轻声地数：“1、2、3……”如此反复多遍，在循环往复的手指空画动作中，逐步培养起节奏感。开始，可先从八个基本笔画起步，让最简单的节奏起伏烂熟于心后，再慢慢将其逐步渗透到字形中去。对于初学者来说，因一时不能领会书写的起伏过程，“外书空”是必须经过的初级阶段。

试以下列“文明进取”四字用“外书空”方式显示字形的起伏变化。

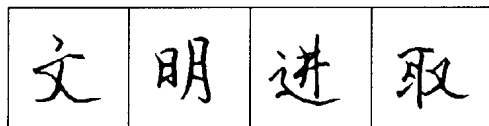


2. “内书空”方式。这种方式是凝视点画或字的整体形态，内心似装有一支笔，作认真的摹拟。古人说，字的一半是看会的，其实，这个“看”，绝不是一般地扫过几眼，更非漫不经心地浏览一阵，是用心去默默地揣摩字中笔画的疾徐往来，也是人们常讲的“玩味”、“品鉴”。我们在阅读时，对于文中的妙语佳句也不经常回味诵读再三吗？同样，对于优秀硬笔书写作品也需要用身心去领悟，慢慢“咀嚼”，细品它个中的奥妙所在，才能使我们从“手写”升华到“心写”，再从“心写”去指挥“手写”。

钢笔书写没有“轻按”，会使笔画如同木棍，但是，按得重又会显得僵硬，失去实用价值。



有些学生幼时曾练习过一段时间的毛笔，把毛笔书写时的重按下顿到钢笔书写上，就会出现上述弊病。以下四字书写时留有较多的软笔痕迹，即“按”得重，看上去就不舒服。



二. 掌握笔画的五种组合方法

见过小孩搭积木的情景吗？他们常常是不看图纸，块块相叠，拼拼凑凑地组装成形，稍一不慎，“哗”地塌倒。见过庙宇中的泥塑菩萨吗？尽管个个整天张口大笑，细视之后却感到他们毫无活力。钢笔书写独特之处是，它既有很强的实用性，又是一门赏心悦目的艺术。所以，它不能像小孩搭积木那样拼凑型的结合，又不能永远是一个无生气的呆板神态。硬笔尖下的方块字形，是我们内心审美情趣的自然流露，它需要的是用巧妙的搭配方式，把笔画组成一个个灵动活泼的生命体。所以，把钢笔字写得既快捷又美观，始终是我们广大青少年朋友的追求的目标。

笔者在长期的教学实践中，总结出五种笔画巧妙的搭配方法，揭示了字体产生活泼姿态的奥妙。

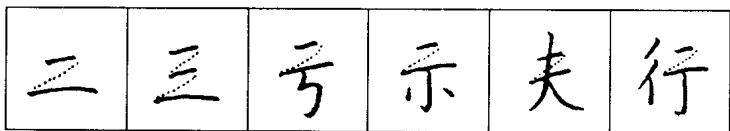
1. 藕断丝连法

把两个笔画看成是一段折断的藕，折断的藕由一根无形的细丝连着，书写时笔尖紧贴纸面游动，把不相连的笔画连接成为一个和谐的统一体。

“藕断丝连法”主要表现在以下八个方面：

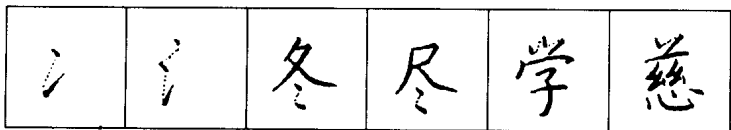
1. 横与横之间的丝连。

笔尖在上横末端稍作停顿后，即向左下带出一股气流，与第二笔起笔相接。

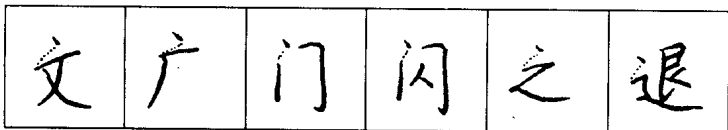


2. 点与点之间的丝连

这是最常见的连接方法。上点可略带些露锋，由此产生一种与下点相接的动势感，仿佛一股气流直泻而下或横逸奔出。

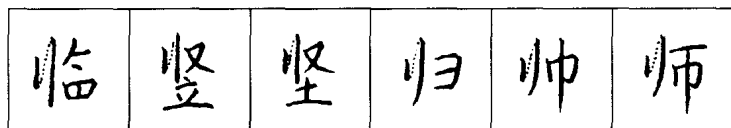


3. 点与横、点与竖藕、点与横撇的丝连。



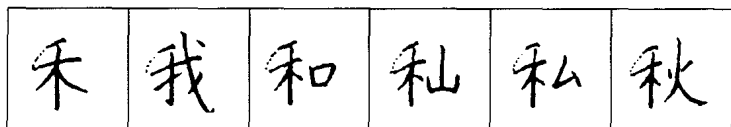
4. 竖与竖、竖与撇的丝连

气流自左竖的末端向上拉出无形牵丝，与右竖或左撇相衔接。



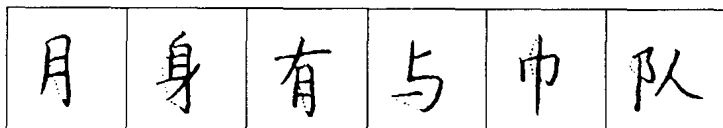
5. 撇与横的丝连

向左撇出后，气流自锋尖顺势带出与下横丝连。



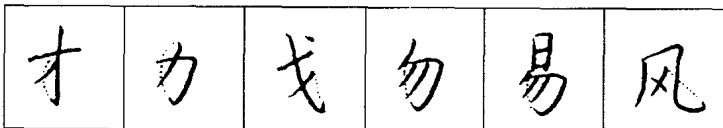
6. 钩与横、钩与竖的丝连

钩出的锋尖拉出牵丝，分别与横、竖的起笔相衔接。



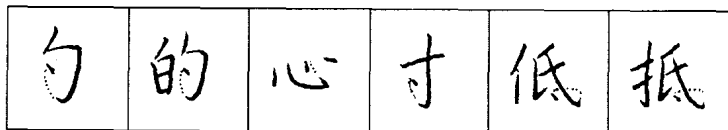
7. 钩与撇的丝连

钩出的锋尖拉出牵丝，与撇起笔相衔接。



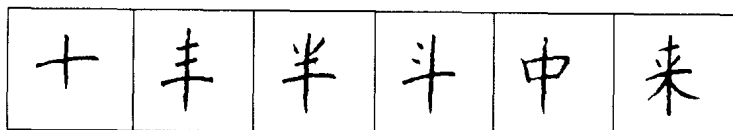
8. 钩与点的丝连

钩出的锋尖拉出牵丝与点相衔接。



2. 单腿腾跃法

这是指横与竖交叉时一种特定的组合法。当写完横笔后，笔尖向左带出一个小弧度，迅疾逆上再按笔下行，颇像一个跳高运动员跨越竹竿时的起跳动作。所以用“单腿腾跃”作比喻十分形象。

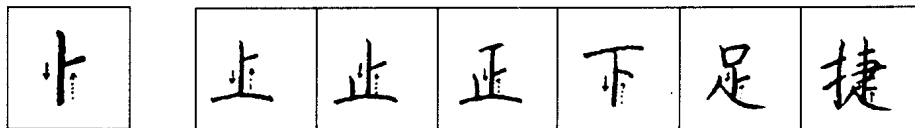




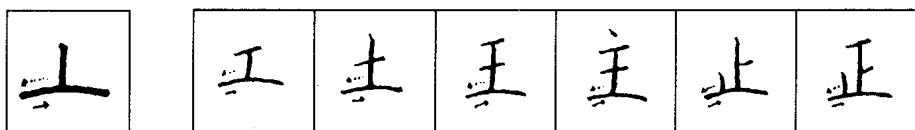
3. 推压弹簧法

这是指横与竖相衔接时一种特定的组合法。为了充分显示出硬笔尖书写刚劲爽利的特性，横、竖衔接都是在快速运行中完成，动作干净利落。

以下六字竖与横（其中“下”为竖与点的衔接）的衔接用的是“向下压弹簧”法，即沿原路返回，称作“实式返回”。

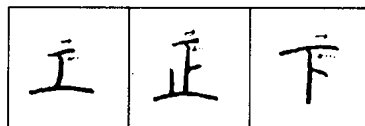


以下六字中竖与横的衔接用的是“逆入法”，即笔尖先向左，再向右运行，这种“逆入法”称“虚式返回”。

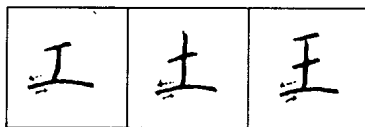


无论是实式还是虚式，返回速度都要力求快速，为了使之形象化，我们用“推压弹簧”作比喻。下面是右推、左推、下压、上压弹簧的四种：

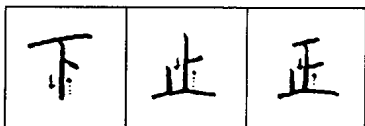
1. 右推弹簧迅速反弹写竖，也称“实式返回”。



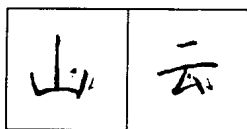
2. 左推弹簧迅速反弹写长横，也称“虚式返回”。



3. 下压弹簧迅速反弹写短横，也称“实式返回”。



4. 上压弹簧迅速反弹写竖或点，也称“虚式返回”。



4. 回环呼应法

这是笔画之间的一种照应方式。一呼一应是书写中广泛应用的一种技巧，它通过大、小回环动作，把撇与捺和谐地组合在一起。

1. 大回环:

回环动作幅度较大，撇出气势开张，捺下自然流畅。

大	木	又	分	发	蚕
春	香	拔	段	投	毅

2. 小回环:

一种是明显的，但回环幅度相对较小。

定	是	观	努	从	表
---	---	---	---	---	---

另一种是隐蔽的，由于幅度很小，容易疏忽，但必须在书写动作意识上表现出来。

但	知	尔	疑	很	忽
---	---	---	---	---	---

5. 顾盼生姿法

这种呼应多出现在点与点之间，把看似不相关的两点，通过“会心”的“眼神”交流，取得一种巧妙的内在照应，字体更显活泼生动。

八	兴	共	其	異
丿	兰	羊	曾	翔
丶	心	沁	思	忿

要写好硬笔字，就要熟练运用以上五种笔画方式，这样才能使端庄规范的硬笔楷书充满动感，产生优美的视觉效果。



钢笔的由来、选择和保养

钢笔相传是1809年美国人沃特曼发明的。由于携带方便，书写流畅，很快就成为世界上的主要书写工具。

沃特曼当时在美国一家保险公司供职。一天，沃特曼与一位巨商谈成了笔大生意，心情十分激动，因为他战胜了好几家保险公司的竞争，由于过度的激动，沃特曼在签契约时，微微发抖的手使鹅管笔的墨水滴坏了契约。当他怀着十分懊恼的心情再去拿一份契约时，另一家保险公司的雇员乘虚而入，抢走了这笔生意。此后，沃特曼发誓要制造一种能控制墨水不随意流出来的笔，以取代这种使他吃亏了不少的鹅管笔。后来，他终于从物体的毛细现象里获得启示，发明了钢笔。

现在我们常见的种类有金笔、依金笔、普通笔。近年来市场上出现的一种水笔，结构与圆珠笔相同，但它尖端的小圆珠滚动带出的不是油墨，而是墨水。不论那一类笔，都以出水流畅、线条匀润、书写爽滑为佳。所以，要选择一种称心的钢笔，可以写阿拉伯数字“8”作检验。顺写、逆写连续多端遍。因为“8”字上下有两个圆环，如笔尖不圆润、出水不均匀，往往在转角处表现出一种拉破纸的“涩”感。

平时对钢笔注意保养，要养成写完字后套好笔套的习惯，这样可以防止笔尖墨水蒸发干枯，也可以防止万一钢笔从桌上滚下损坏笔尖。另外，一支钢笔要使用固定的颜色和牌子的墨水，不要随意更换，否则会产生化学反应，产生沉淀。即使要换别的墨水，也一定要将原有的积墨洗净，再吸取另一种。需要提醒的是，有些少年朋友喜欢在坚滑的玻璃上、硬质的课桌、墙壁上去写，这样会直接损坏笔尖，减少钢笔使用寿命，应改掉这个坏习惯。

钢笔书写下笔不要太重，有人喜欢用力揪着写，这样过不了多久就使笔尖变形。书写时纸下要垫薄本子，以便于发挥笔尖的弹性，再是笔肚内吸满墨水后，先要挤去一二滴，否则写着写着会漏水。

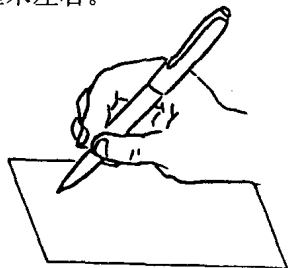
钢笔正确执法和书写姿势

1. 正确执笔方法

- (1) 用三指执笔。位置是拇指在笔杆左方，食指居中，中指第一节垫于笔杆之后，三指紧执；无名指和小指依次向中指靠拢。
- (2) 三指执笔处应在笔尖上方2厘米左右。
- (3) 手指向掌心弯成着手拳状，掌心空虚，指端执笔可伸展自如。
- (4) 笔杆与纸面成 45° 左右的角，紧靠虎口上方边缘处。

2. 正确书写姿势

- (1) 头正：头要端正，不要歪斜甚至伏在手肘上，眼睛离笔尖30厘米左右。
- (2) 身直：上身正直，稍向前倾，不要俯向桌面。
- (3) 臂开：双臂要撑开些，保持一定距离。
- (4) 足安：双足放平，脚踏实地。



3500

常用字正书速成

一画

一 一 一

二画

乙 乙 乙

二 二 二

十 十 十

丁 丁 丁

厂 厂 厂

七 七 七

卜 卜 卜

人 人 人

入 入 入

八 八 八

九 九 九

几 几 几

儿 儿 儿

了 了 了

力 力 力

乃 乃 乃

三画

刀 刀 刀

又 又 又

匕 匕 匕

刁 刁 刁

三 三 三

于 于 于

干 干 干

亏 亏 亏

士 士 士

工 工 工

土 土 土

才 才 才

寸 寸 寸

下 下 下

大 大 大

丈 丈 丈

与 与 与

万 万 万

上 上 上

小 小 小

口 口 口

巾 巾 巾

山 山 山

千 千 千

乞 乞 乞

川 川 川

亿 亿 亿

个 个 个

勺 勺 勺

久 久 久

凡 凡 凡

及 及 及

夕 夕 夕

丸 丸 丸



么	么	么	
广	广	广	
亡	亡	亡	
门	门	门	
义	义	义	
之	之	之	
尸	尸	尸	
弓	弓	弓	
己	己	己	
已	已	已	
子	子	子	
卫	卫	卫	
也	也	也	
女	女	女	
飞	飞	飞	
刃	刃	刃	
习	习	习	

四画

又	又	又	
马	马	马	
乡	乡	乡	
丰	丰	丰	
王	王	王	
井	井	井	
开	开	开	
夫	夫	夫	
天	天	天	
无	无	无	
元	元	元	
专	专	专	
云	云	云	
扎	扎	扎	
艺	艺	艺	
木	木	木	
五	五	五	

支	支	支	
斤	斤	斤	
不	不	不	
太	太	太	
犬	犬	犬	
区	区	区	
历	历	历	
尤	尤	尤	
友	友	友	
匹	匹	匹	
车	车	车	
巨	巨	巨	
牙	牙	牙	
屯	屯	屯	
比	比	比	
互	互	互	
切	切	切	

3500

常用字正书速成

瓦	瓦	瓦	
止	止	止	
少	少	少	
日	日	日	
中	中	中	
冈	冈	冈	
贝	贝	贝	
内	内	内	
水	水	水	
见	见	见	
午	午	午	
牛	牛	牛	
手	手	手	
毛	毛	毛	
气	气	气	
升	升	升	
长	长	长	

仁	仁	仁	
什	什	什	
片	片	片	
仆	仆	仆	
化	化	化	
仇	仇	仇	
帀	帀	帀	
仍	仍	仍	
仅	仅	仅	
斤	斤	斤	
爪	爪	爪	
反	反	反	
介	介	介	
父	父	父	
从	从	从	
合	合	合	
凶	凶	凶	

分	分	分	
乏	乏	乏	
公	公	公	
仓	仓	仓	
月	月	月	
氏	氏	氏	
勿	勿	勿	
欠	欠	欠	
风	风	风	
丹	丹	丹	
匀	匀	匀	
乌	乌	乌	
凤	凤	凤	
勾	勾	勾	
文	文	文	
六	六	六	
方	方	方	



火	火	火	
为	为	为	
斗	斗	斗	
忆	忆	忆	
订	订	订	
计	计	计	
户	户	户	
认	认	认	
心	心	心	
尺	尺	尺	
引	引	引	
丑	丑	丑	
巴	巴	巴	
孔	孔	孔	
队	队	队	
办	办	办	
以	以	以	

五画

允	允	允	
予	予	予	
劝	劝	劝	
双	双	双	
书	书	书	
幻	幻	幻	
丐	丐	丐	
歹	歹	歹	
戈	戈	戈	
夭	夭	夭	
仑	仑	仑	
讥	讥	讥	
冗	冗	冗	
邓	邓	邓	
玉	玉	玉	
刊	刊	刊	
示	示	示	

末	末	末	
未	未	未	
击	击	击	
打	打	打	
巧	巧	巧	
正	正	正	
扑	扑	扑	
扒	扒	扒	
功	功	功	
扔	扔	扔	
去	去	去	
甘	甘	甘	
世	世	世	
古	古	古	
节	节	节	
本	本	本	
术	术	术	

可	可	可	
丙	丙	丙	
左	左	左	
厉	厉	厉	
右	右	右	
石	石	石	
布	布	布	
龙	龙	龙	
平	平	平	
灭	灭	灭	
轧	轧	轧	
东	东	东	
卡	卡	卡	
北	北	北	
占	占	占	
业	业	业	
旧	旧	旧	

帅	帅	帅	
归	归	归	
且	且	且	
旦	旦	旦	
目	目	目	
叶	叶	叶	
甲	甲	甲	
申	申	申	
叮	叮	叮	
电	电	电	
号	号	号	
田	田	田	
由	由	由	
史	史	史	
只	只	只	
央	央	央	
兄	兄	兄	

叨	叨	叨	
叫	叫	叫	
另	另	另	
叨	叨	叨	
叹	叹	叹	
四	四	四	
生	生	生	
失	失	失	
禾	禾	禾	
丘	丘	丘	
付	付	付	
仗	仗	仗	
代	代	代	
仙	仙	仙	
们	们	们	
仪	仪	仪	
白	白	白	



仔	仔	仔	
他	他	他	
斥	斥	斥	
瓜	瓜	瓜	
乎	乎	乎	
丛	丛	丛	
令	令	令	
用	用	用	
甩	甩	甩	
印	印	印	
乐	乐	乐	
句	句	句	
匆	匆	匆	
册	册	册	
犯	犯	犯	
外	外	外	
处	处	处	

冬	冬	冬	
鸟	鸟	鸟	
务	务	务	
包	包	包	
饥	饥	饥	
主	主	主	
市	市	市	
立	立	立	
闪	闪	闪	
兰	兰	兰	
半	半	半	
汁	汁	汁	
汇	汇	汇	
头	头	头	
汉	汉	汉	
宁	宁	宁	
穴	穴	穴	

它	它	它	
讨	讨	讨	
写	写	写	
让	让	让	
礼	礼	礼	
训	训	训	
必	必	必	
议	议	议	
讯	讯	讯	
记	记	记	
永	永	永	
司	司	司	
尼	尼	尼	
民	民	民	
出	出	出	
辽	辽	辽	
奶	奶	奶	